12-24個月
文章

# 什麼食物是一歲寶寶還不能吃的?

二月 16, 2021

**1 MIN**




1. 糖及鈉含量高的食物：尤其是零嘴(蛋糕、糖果、洋芋片)，不僅無法給寶寶營養素，還會讓他養成挑食的習慣。

2. 安全考量：整粒葡萄、爆米花、核果、熱狗等，容易讓寶寶噎到、嗆到的食物，應該要等2歲後再提供。